

きゅうしょくだより 1月

令和7年 12月 25日
墨田区立二葉小学校
校長 由良 隆



あたらしい1年が始まります。2026年はどんな1年にしたいですか？1年の目標を考えてみましょう。



全国学校給食週間は、学校給食の大切さや役割などについて知ってもらい、充実と発展を図ることを目的として定められました。学校給食は教育の一環として行われています。この機会にご家庭でも給食の思い出などをお話してみてください。

明治

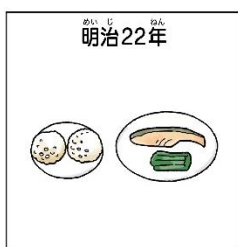
大正

がっこうきゅうしょく
～学校給食の歴史～

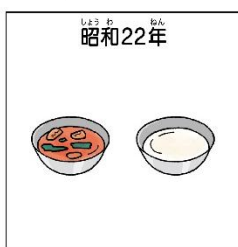
昭和

平成

令和



おにぎり・塩さけ・
菜の漬物



ミルク(脱脂粉乳)・
トマトシチュー



コッペパン・ミルク(脱脂粉乳)・
ポタージュスープ・コロケ・
せんきゃべツ・マーガリン



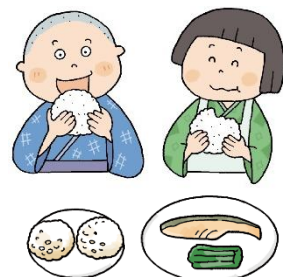
ソフトめんのカレーあん
かけ・牛乳・甘酢あえ・
果物(黄桃)・チーズ



カレーライス・牛乳・塩もみ・
果物(バナナ)・スープ

がっこうきゅうしょく 学校給食の始まり

日本の学校給食は、明治22年に山形県の小学校で始まったとされています。貧しくて生活に困っている子供たちを対象におにぎりと焼き鮭、漬物など簡単な昼食が無料で出されていました。

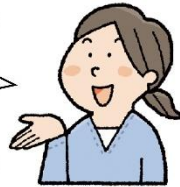


がつ きゅうしよくもくひょう

1月の給食目標『バランス良く食べ、健康な体を作ろう』



わたしたちは食べ物からエネルギーや栄養素を得ています。栄養素にはそれぞれおんな働きがあります。健康にすごすには、いろいろな食品から栄養バランスよくとることが大切です。



ちよいと足して 野菜をとろう

忙しい冬休み、少しの工夫を加えて不足しがちな野菜をとりましょう。また、牛乳などを飲んで、意識してカルシウムをとりましょう。

カップめん+野菜



ゆでたり、レンジで加熱したりした野菜をカップめんの中に加えましょう。食べたえがアップします。

さばのみそ煮の缶詰+野菜



缶詰をそのまま食べるのではなく、根菜類などの野菜と水を加えて煮込むと、立派なおかずになります。

ふゆやす 冬休み は 家の仕事を 積極的に！

家庭の仕事は例えば配ぜんや食器の片づけ、ごみ出しなどがあります。自分にできることを考え、自分の仕事としてやってみましょう。



地域や家庭によってかわる 正月料理

おせち料理や雑煮などの正月料理は、地域や家庭によって、味つけや使われている材料などが違うことがあります。自分たちがずむ地域の正月料理が、どんなものを調べてみましょう。

また、ほかの地域にはどんな正月料理があり、どのような違いがあるのかを見てみましょう。



〈お知らせ〉

*今年(し)は冬休みも白衣クリーニングを行うことになりました。

ご家庭への持ち帰りはなくなります。よろしく願いいたします。